

Barras Crujientes de Avena

Sirve: 30 porciones

Ingredientes

1/2 taza margarina o mantequilla

3/4 taza azúcar morena apretada

1 cucharadita vainilla

1/2 cucharadita bicarbonato de sodio

2 tazas avena de fácil coción

1 taza pasitas

Preparación

1. Caliente el horno a 350°F y engrase un molde de 9x13 pulgadas.
2. En una sartén grande, derrita la mantequilla y el azúcar moreno.
3. Saque del fuego e integre el resto de los ingredientes.
4. Extienda sobre el molde y cocine de 15 a 20 minutos. Deje enfriar y corte en barras.

Notas

USDA Food and Nutrition Service, Creative Recipes for Less Familiar USDA Commodities Used by Household Programs Food Distribution Service

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	80
Grasa total	4 g
Grasa saturada	1 g
Colesterol	0 mg
Sodio	50 mg
Total de Carbohidrato	13 g
Fibra dietetica	1 g
Azucares totales	9 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteinas	1 g
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible

